

**PENGARUH TERAPI OKUPASI DAN TERAPI MUSIK  
KLASIK TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA  
LANSIA DI PANTI WERDHA**

**SKRIPSI**



**OLEH:**

**Theresia Andika Putri Subhagia  
NRP: 9103017040**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2021**

# **PENGARUH TERAPI OKUPASI DAN TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



OLEH:  
Theresia Andika Putri Subhagia  
NRP: 9103017040

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2021**

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Theresia Andika Putri Subhagia

NRP : 9103017040

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

**“PENGARUH TERAPI OKUPASI DAN TERAPI MUSIK KLASIK  
TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA”**

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 05 Juli 2021

Yang membuat pernyataan,



Theresia Andika Putri Subhagia

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Theresia Andika Putri Subhagia  
NRP : 9103017040

menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul : Pengaruh Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kesenangan Pada Lansia di Panti Werdha

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 15 Juli 2021

Yang menyatakan



Theresia Andika Putri Subhagia

# **HALAMAN PERSETUJUAN**

## **SKRIPSI**

### **PENGARUH TERAPI OKUPASI DAN TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA**

**OLEH:**

**Theresia Andika Putri Subhagia  
NRP: 9103017040**

**Pembimbing Utama : Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep., Sp. Kom (.....) **

**Pembimbing Pendamping : Ermalynda Sukmawati, S.Kep., Ns., M.Kep (.....) **

**Surabaya, Juli 2021**





## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

#### PENGARUH TERAPI OKUPASI DAN TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA

Skripsi yang ditulis oleh Theresia Andika Putri Subhagia NRP. 9103017040 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 09 Juli 2021 dan telah dinyatakan lulus oleh,

#### Tim Penguji

1. Ketua : Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns., M.Kep. (.....) 
2. Sekretaris: Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep.,Ns., M.Kep. (.....) 
3. Anggota : Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep., Sp.Kom. (.....) 
4. Anggota : Ermalynda Sukmawati, S.Kep.,Ns., M.Kep. (.....) 

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Keperawatan



Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIK. 911.06.0600

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*“Being brave doesn’t mean you are scared, but it means you’re scared and you  
hang in there.”*

-The Conjuring 2021

*“Thinking will not overcome fear, but action will.”*

-W.Clement Stone

Skripsi ini saya persembahkan kepada diri saya sendiri, yang meskipun ragu dan takut untuk melangkah namun masih mampu bertahan melawan ketakutan dari dalam diri sendiri. Kepada orang-orang yang saya cintai dan kasihi, yang menemani saya dalam masa-masa sulit, terima kasih.

## **HALAMAN MOTTO**

*“You only live once.”*



## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat dan anugerahNya yang senantiasa dilimpahkan kepada Penulis, sehingga bisa menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kesenangan Pada Lansia Di Panti Werdha” sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Studi Ilmu Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Adapun hambatan dan rintangan yang dihadapi oleh Penulis dalam penyusunan skripsi ini dapat dilalui berkat Allah Bapa di Surga, Tuhan Yesus Kristus, Bunda Maria, dan Roh kudus, yang telah menjadi penguat dan pilar sehingga penulis dapat terus maju dan senantiasa sehat selalu secara jiwa dan raga selama proses pengerjaan skripsi, serta bimbingan, bantuan, dan motivasi dari berbagai pihak, baik secara moral maupun spiritual. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya serta Penguji atas motivasi, dukungan, kritik, dan saran yang diberikan.
2. Ninda Ayu Prabasari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Penguji atas kritik dan saran yang diberikan kepada penulis, sehingga penulis dapat memperbaiki skripsi dengan baik dan terarah.
3. Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep., Sp. Kom selaku pembimbing utama yang dengan sabar membimbing dan mengarahkan penulis pada saat proses penyusunan skripsi.

4. Ermalynda Sukmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing pendamping yang dengan sabar membimbing dan mengarahkan penulis pada saat proses penyusunan skripsi.
5. Pihak Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan bimbingan bagi Peneliti sehingga Peneliti mampu melakukan penelitian di Panti.
6. Kakek dan Nenek di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya yang telah bersedia menjadi responden serta berpartisipasi aktif selama kegiatan penelitian.
7. Papa (Andrew Subhagia Tantri, S.TI), Mama (Monika Maria T.T., S.P., S.Pd), dan adik-adik (Andre, Frans, Tania, dan Thalia) yang selalu memberikan dukungan dan menjadi motivasi bagi penulis dalam proses pengerjaan skripsi.
8. Teman-teman penulis, khususnya Mella, Agatha, Hillary, Stephanie, Cynthiana, Yessy, Risma, Arnold, Pembayun, Stefi, Naafiu, Tiffany, Nico, Imelda yang sudah menjadi penggerak dan pendukung bagi penulis selama proses pengerjaan skripsi.
9. Semua pihak yang secara tidak langsung telah menjadi motivasi bagi penulis, khususnya *idol boyband* EXO dan teman-teman BPMU X, selama proses pengerjaan skripsi.

Demikian ucapan terima kasih yang dapat penulis sampaikan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga tidak luput dari kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, perlunya kritik untuk penyempurnaan skripsi ini.

Surabaya, Juli 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR ISI ARTIKEL PENELITIAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	5
1.3. Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1. Tujuan Umum .....	5
1.3.2. Tujuan Khusus.....	5
1.4. Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2. Manfaat Praktis.....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1. Konsep Kesepian .....	8
2.1.1. Definisi Kesepian .....	8
2.1.2. Jenis Kesepian .....	8
2.1.3. Teori Kesepian .....	9
2.1.4. Faktor Kesepian.....	10
2.1.5. Dampak Kesepian.....	10
2.1.6. Alat Ukur Kesepian .....	11

2.2.	Terapi Okupasi.....	12
2.2.1.	Pengertian Terapi Okupasi.....	12
2.2.2.	Indikasi Terapi Okupasi.....	12
2.2.3.	Kontraindikasi Terapi Okupasi .....	13
2.2.4.	Teknik Terapi Okupasi .....	14
2.2.5.	Kriteria Evaluasi Terapi Okupasi .....	15
2.3.	Terapi Musik Klasik.....	16
2.3.1.	Pengertian Terapi Musik Klasik.....	16
2.3.2.	Manfaat Terapi Musik Klasik .....	16
2.3.3.	Indikasi Terapi Musik Klasik.....	16
2.3.4.	Kontraindikasi Terapi Musik Klasik .....	16
2.3.5.	Hal-Hal yang Perlu Diperhatikan Dalam Pemberian Terapi Musik Klasik .....	17
2.3.6.	Teknik Terapi Musik Klasik .....	17
2.3.7.	Kriteria Evaluasi Terapi Musik Klasik .....	18
2.4	Konsep Lansia.....	18
2.4.1.	Definisi Lansia .....	18
2.4.2.	Batasan Lansia.....	18
2.4.3.	Ciri-Ciri Lansia.....	19
2.4.4.	Definisi Menua.....	20
2.4.5.	Proses Menua .....	20
2.4.6.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Proses Menua .....	20
2.4.7.	Teori Proses Penuaan.....	20
<b>BAB 3</b>	<b>KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>22</b>
3.1.	Kerangka Konseptual .....	22
3.2.	Hubungan Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kesenian Pada Lansia.....	23
3.3.	Hipotesis .....	24
<b>BAB 4</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
4.1.	Desain Penelitian .....	25
4.2.	Identifikasi Variabel Penelitian .....	25
4.2.1.	Variabel Independen.....	25
4.2.2.	Variabel Dependen .....	26
4.3.	Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	26
4.4.	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	27
4.4.1.	Populasi.....	27
4.4.2.	Sampel .....	28
4.4.3.	Teknik Pengambilan Sampel.....	29
4.4.4.	Kerangka Kerja Penelitian .....	30
4.5.	Metode Pengumpulan Data .....	31
4.5.1.	Prosedur Pengumpulan Data .....	31
4.5.2.	Instrumen .....	35
4.5.3.	Waktu dan Lokasi Pengambilan Data .....	36
4.6	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	36
4.7	Teknik Analisis Data.....	38
4.8	Etika Penelitian .....	40

<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>42</b>
5.1. Karakteristik Lokasi Penelitian.....	42
5.2. Hasil Penelitian .....	45
5.2.1. Data Umum.....	45
5.2.2. Data Khusus.....	51
5.2.3. Uji Normalitas.....	53
5.2.4. Uji Hipotesis .....	53
<b>BAB 6 PEMBAHASAN .....</b>	<b>55</b>
6.1. Tingkat Kesepian Sebelum Diberikan Terapi Okupasi Dan Terapi Musik Klasik .....	55
6.2. Tingkat Kesepian Sesudah Diberikan Terapi Okupasi Dan Terapi Musik Klasik .....	59
6.3. Pengaruh Terapi Okupasi Dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lansia.....	63
6.4. Keterbatasan Penelitian .....	66
<b>BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>67</b>
7.1. Kesimpulan .....	67
7.2. Saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>75</b>
<b>ARTIKEL PENELITIAN .....</b>	<b>99</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	74
Lampiran 2.	Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	76
Lampiran 3.	Lembar Kuisioner Data Demografi .....	77
Lampiran 4.	Standar Operasional Prosedur (SOP) Tindakan Terapi Okupasi Dan Terapi Musik Klasik.....	78
Lampiran 5.	Kuisioner Skala Kesepian .....	81
Lampiran 6.	Daftar Hadir Responden .....	83
Lampiran 7.	Hasil Pengamatan Respon Lansia Selama Melaksanakan Intervensi.....	84
Lampiran 8.	Daftar Panduan Pembuatan Gelang .....	89
Lampiran 9.	Rekapitulasi Data Umum Responden di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya .....	90
Lampiran 10.	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	91
Lampiran 11.	Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	93
Lampiran 12.	Surat Telah Melakukan Penelitian.....	97
Lampiran 13.	Dokumentasi Kegiatan.....	98

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Definisi Operasional Pengaruh Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lansia .....	26
Tabel 4.2	Kisi-Kisi Kuisisioner UCLA <i>Loneliness Scale</i> .....	35
Tabel 5.1	Kamar dan <i>Bed</i> Lansia di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya .....	43
Tabel 5.2	Tingkat Kesepian Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya .....	51
Tabel 5.3	Hasil Uji Normalitas <i>Pre</i> dan <i>Post Test</i> Kuisisioner Kesepian Responden Lansia di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya .....	53
Tabel 5.4	Hasil Uji Hipotesis <i>Paired T-Test</i> Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lansia di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya .....	53



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1.	Kerangka Konseptual Pengaruh Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kesenian Pada Lansia.....	22
Gambar 4.1	Desain Penelitian <i>One Group Pre Test-Post Test Design</i> .....	25
Gambar 4.2	Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kesenian Pada Lansia.....	30
Gambar 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021.....	46
Gambar 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021 .....	46
Gambar 5.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021 .....	47
Gambar 5.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Status Perkawinan di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021 .....	48
Gambar 5.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Tinggal di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021 .....	48
Gambar 5.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Kunjungan di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021 .....	49
Gambar 5.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Pengunjung di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021.....	50
Gambar 5.8	Karakteristik Responden Berdasarkan Kegiatan di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya Pada Tanggal 23 April 2021.....	50

## DAFTAR ISI ARTIKEL PENELITIAN

HALAMAN JUDUL .....	99
HALAMAN PERSETUJUAN .....	100
ABSTRAK .....	101
<i>ABSTRACT</i> .....	102
PENDAHULUAN .....	102
METODE PENELITIAN.....	103
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	104
KESIMPULAN DAN SARAN .....	108
DAFTAR PUSTAKA .....	109
BIODATA PENULIS .....	110

## ABSTRAK

### PENGARUH TERAPI OKUPASI DAN TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA DI PANTI GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA

Oleh: Theresia Andika Putri Subhagia

Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Lansia seringkali mengalami kesepian, terutama pada lansia di Panti Werdha. Beberapa terapi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kesepian adalah terapi okupasi dan terapi musik klasik. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis adanya pengaruh terapi okupasi dan musik klasik terhadap kesepian pada lansia. Desain penelitian menggunakan *one group pre-test post-test design* dengan variabel independen terapi okupasi dan musik klasik, serta variabel dependen tingkat kesepian. Populasi merupakan lansia berusia  $\geq 60$  tahun yang tinggal di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya, dan sampel sebanyak 30 lansia yang diambil melalui teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah UCLA *Loneliness Scale* versi 3. Skor UCLA *Loneliness Scale*  $> 34$  masuk dalam kategori kesepian. Hasil *pre-test* dengan nilai rata-rata  $51 \pm 8.82$  dan hasil *post-test* dengan nilai rata-rata  $40 \pm 8.61$ , serta nilai rata-rata selisih sebesar  $-11 \pm 5.87$ . Uji normalitas  $p = 0.200$  ( $p > \alpha = 0.05$ ) dan uji hipotesis *Paired T-Test*  $p = 0.000$  ( $p < \alpha = 0.05$ ) dilakukan melalui program SPSS versi 25. Terapi okupasi meningkatkan hubungan sosial antar lansia dan mengalihkannya dari kesepian, sedangkan terapi musik klasik mendukung dalam peningkatan *mood* dan gairah pada lansia. Sehingga terapi okupasi dan musik klasik dapat menjadi alternatif dalam mengatasi kesepian pada lansia.

Kata kunci: Lansia, Kesepian, Terapi Okupasi, Terapi Musik Klasik

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF OCCUPATIONAL THERAPY AND CLASSICAL MUSIC THERAPY ON LONELINESS LEVEL IN ELDERLY AT JAMBANGAN NURSING HOME SURABAYA

By: Theresia Andika Putri Subhagia

Faculty of Nursing, Widya Mandala Surabaya Catholic University

The elderly often experience loneliness, especially at the nursing home. Some therapies used to overcome loneliness are occupational therapy and classical music therapy. The aim of the study is to analyze the effect of occupational therapy and classical music therapy on loneliness levels in the elderly. The research design is using one group pre-test post-test design with occupational therapy and classical music therapy as independent variable, and loneliness levels as dependent variable. Population in this research is elderly aged  $\geq 60$  years old who has been living in Jambangan Nursing Home Surabaya and the sample of 30 elderly through the purposive sampling technique. Data was collected by UCLA *Loneliness Scale* version 3. Scores 34 and above defined as loneliness. Pre-test mean value of  $51 \pm 8.82$  and post-test mean value of  $40 \pm 8.61$ , with difference mean value of  $-11 \pm 5.87$ . Normality test of  $p = 0.200$  ( $p > \alpha = 0.05$ ) and hypotheses test using *Paired T-Test* of  $p = 0.000$  ( $p < \alpha = 0.05$ ) run by SPSS version 25. Occupational therapy improves the social relationship between the elderly and distracts them from their loneliness. Meanwhile, classical music promotes an increase in mood and passion for the elderly. Occupational therapy and classical music can be an alternative to overcome loneliness in the elderly.

Key words: Elderly, Loneliness, Occupational Therapy, Classical Music Therapy